



あけましておめでとうございます

院長 佐藤志津子



みなさま 年末年始はいかがお過ごしでしたか？

今回の年末年始は急変された方はあまりおられず、私たちが緊急往診したのはお二人だけ。かつ以前から予測していた事態だったので、方針に沿って対応できました。みなさまの日頃の体調管理と、療養をサポートしてくださっているご家族、ヘルパーさんや看護師さんのサポートのおかげです。みなさん、ありがとうございました。!(^^)!

一部の方はご存知と思いますが、私は昨年9月に左手首を骨折してしまい、生まれて初めて入院と手術を経験しました。左手が使えないだけで、こんなに不自由になるのか、と思い知りしましたが、左手が使えないぶん、あれこれ工夫するのは結構楽しくもありました。

★ 経験から知った 骨折の真実

・折れる時「ボキッ」という音はしなかった。 ・動かさなければたいして痛くない。

・整復は、拷問レベルに痛い。 ・手が腫れると、指先の感覚が鈍くなる。

(点滴や採血の時、左の指の腹で静脈を確認するのですが、この感覚が鈍くなって、点滴がへたくそになってしまいました。スママセン。もう復活してますので、ご安心を。)

・そしてこれが一番大事です。術後のリハビリをさぼると、関節が固くなって、のちのち苦労します。

(私は、今も関節を柔らかくするために、週何度か整骨院にリハビリに通っています。)

最初が肝心。最初は涙目になるくらい痛くても、がんばってリハビリしましょう！

もちろん、骨折しないにこしたことはありません。寒くて体が固くなる季節です。みなさん、くれぐれもご注意ください！！



～ 水谷 顕洋 先生よりご寄稿 ～

10月の初め、ベランダの山椒の枝にアゲハの幼虫を発見。

その昔、目に止まった虫の卵やら幼虫やらを手当りしだい家に持ち帰っては孵化・羽化させて喜んでいた子供の頃を思い出した。

それにしても、私の部屋はマンションの6階。よくもまあこんなところまで卵を産みに来たもんだ、と、妙に嬉しくなって、山椒の葉っぱがどんどん食べられていくのには目をつぶり、この子の成長を見守ることにした。

順調に終齢幼虫まで育ったある日、日課となった朝の挨拶をしよう(なんか寂寥感漂うなあ)、その子の姿を探したら、どこにもいない。鳥にでも食べられてしまったのかしら、とがっかりした数日後、プランターの土を耕そうと、山椒の鉢の隣においてあったスコップをひょいと持ち上げたところ、いた！伏せておいてあったスコップの裏で蛹になっていた。こんなところで見つからないように、丈夫なスコップを罅に冬越しを決込んでいたのかあ。。。愛おしさでハグしてやりたくなかったが、そうはせず(当たり前だ)、来年の春までそっとしておいてやることにした。



お知らせ

昨年12月発売の週刊現代「やっぱり自宅で死にたい！名医が選んだ「看取られたい在宅医150人」の150人のリストに、名前を載せていただきました。スタッフ一同、この評価を励みに、ますますがんばります！

記事は下記のHPでご覧になれます。 <http://gendai.ismedia.jp/articles/-/50540>

「よい訪問医とは？」など、なかなかためになることが書いてあります。ご興味のある方は、どうぞ:-)

▽ I様の闘病記 ▽

10代の頃からおばあちゃんが親代わりでずっと元気な姿を見てきました。今、101歳です。

2年前に風邪をこじらせ入院したことがきっかけで、車いすになってしまいました。主治医に療養型病院を勧められた事、周りからも在宅療養は無理だと言われた事から 転院を決めました。

しかし、入院してすぐに高熱が出て禁食になり、みるみる痩せていくおばあちゃんを見て、これでいいのだろうか・・・と考え始めました。

おばあちゃんも家に帰りたいと願っていたので「ご飯が食べられるようになったら帰ろう！」と約束しました。それからは、顔をしかめながらも一生懸命食べてくれました。

在職中の私は、まず上司に相談しひと月の休暇をもらうことができたので、おむつの付け方から勉強しました。

そして、とうとう自宅での療養がスタート！ヘルパーさんと訪問診療を利用し始めました。

実際自宅での慣れない介護は仕事よりも辛く、自分の食事のタイミングが分からないほどあつという間に時間が過ぎていきました・・・。

しかし、先生、看護師さん、ヘルパーさん等色々な人達と関わっていくうちにだんだんと連携が取れてきて、時には自分の工夫がヘルパーさんに褒めてもらえる事もあり、とても励みになりました。一か月が過ぎ、仕事も再開しましたが会社の理解もあり今は両立しています。本当にあつという間の2年間。

もともと厳しいおばあちゃん、よく口喧嘩をしていたのに、入院後自宅に戻ってからは、笑顔がとっても可愛くて、皆さんに愛されるおばあちゃんになっていました。

最後までこのまま自宅で一緒に過ごしていけたらと思っています。



○ 相談員 鈴木よりご挨拶 ○

皆様、新しい年を迎えいかがお過ごしでいらっしゃいますか。

私は、長く医療相談員の仕事をして参りましたが都合により退職をさせていただくことになりました。11月からお休みを頂いておりましたので、気にかかりながらご挨拶の機会を持つことができなかった皆様にはこの場をお借りしてこれまで関わりをもたせていただきましたことに感謝を申し上げます。ありがとうございました。

11月中旬より夫の都合でイギリスのノーフォーク州ノーリッジという街に来ております。渡英直後は東京の晴れた冬に慣れた身には、寒さと変わりやすい天気に悩まされましたがそれにも大分慣れて参りました。ノーリッジには美しい聖堂が二つあります。また趣のある教会がたくさんあります。こちらにいる間にイギリスの歴史的な建物や文化に触れることができれば幸いです。

また、先日はイギリス発祥の緩和ケアについての視察研修に参加することができました。(日本の企画でベテラン通訳付きです！)一週間ホスピスや病院、ケア施設を見学し、様々学ばせていただきました。「癌患者さんが自ら学んだり、ヒーリングを受けたり、好きな活動に参加できるようたくさんのプログラムのあるデイケアの施設など」日本にはない良きものは積極的に取り入れていきたいと感じました。

また日本各地から集まった熱心に緩和ケアに関わっている多職種の方々との出会いは大変刺激的なものでした。

さくらクリニックの相談業務は、濱中と菊池が変わらず対応しておりますので、どうぞご利用下さい。皆様のご自宅での療養が、希望に沿う落ち着いた生活となりますようとお祈り申し上げます。

鈴木 道

ノーリッジ大聖堂
街のシンボリックな存在です。
ノーリッジには、この英国国教会の聖堂とカトリックの聖堂の二つがあり、イギリスでもそういう街は3つか4つかなようです。

